

حوادث واخبار محلية

سفر

حضرة صاحب الجلالة الملك العظيم
الى الاحساء

في يوم الثلاثاء غادر ركاب حضرة صاحب الجلالة الملك العظيم مدينة الرياض قاصدا الاحساء لتضحية بضعة ايام فيها.

ادام الله جلالاته ذخرا للاسلام والعروبة

الاحتفال

بعيد الفطر

كان يوم الجمعة الماضي يوم عيد الفطر السعيد . فاشترقت انواراه على كل بقعة . وما بزغ فجر ذلك اليوم حتى توافد الاهلون الى المسجد الحرام وغصت بهم اروقته وامتلأت بهم صحناته . وم ما بين مهلل ومكبر .

وفي الصباح الباكر اصطف جنود الشرطة على حافى الشارع الى المسجد الحرام لاداء واجب التحية للركب الاميرى المحروس .

وفي الساعة الواحدة غادر ركب حضرة صاحب السمو الملكي الامير فيصل قمره العاصر بالفزه وبعميته حاشيته الخاصة وعلى بعد عدة امتار من سيارة سموه كانت تسير ثلة من جنود الشرطة .

وحينما بلغ ركب سموه باب المسجد حيته ثلة من جنود الشرطة واستقبله على مدخل باب المسجد الشريف وشرفته واعوانه ، ورجال الامانة وهم يحملون مباخر الطيب ، ثم سادوا بين يدي سموه الى الردهة الكبيرة (الحصوة) التي اعدت لصلوة سموه امام باب النبي ، وكانت - فرشت بالطنافس الجليلة .

وفي الساعة الواحدة والدقيقة خمسة واربعين بدأت صلاة العيد . ثم صعد امام المسجد وخطيبه ، غلب المصلين حيث حمد الله واثى عليه وذكر المجتمعين بنعمة الله وحسنهم على التزاور والتواصل وجمع السكامة واتحاد القلوب وحذرهم المعاصي . ثم دعا للمسلمين بالنصر والتأييد وعند ذلك اطلقت مدفعية احياد مئة مدفع ومدفع ابهاجا بهذا اليوم السعيد .

وفي الساعة الثانية والدقيقة عشرين غادر سموه المسجد الحرام يتقدمه هيئة الحرم الشريف وشرطة الحرم واعوانه حيث ودعوه على مدخل باب الصفا فاستقبله رجال امانة العاصمة وكانت ثلة من جنود الشرطة قد وقفت على جانبي الشارع من باب الصفا حتى باب سراي الحكومة لاداء التحية لسموه . حينما بلغ ركب سموه سراي الحكومة استقبله على مدخل الباب كبار رجال الدولة وادت له ثلة من الجند التحية في ممر سراي الحكومة حيث صعد سموه الى غرفة الاستقبال . وكانت الغرف المجاورة لها قد اكتظت بوفود المهنيين على اختلاف طبقاتهم .

وبعد أن احتراح سموه قليلا بدأت وفود المهنيين بالسلام على سموه وتقديم عبارات التهنئة والتبريك . فكان سموه حفظه الله يقابلهم بنظر باس . وبعد انتهاء المهنيين من السلام على سموه تقدم شاعر جلالة الملك الشيخ احمد ابراهيم الفزاوي فلقى قصيدة عصماء (نشرناها في غير هذا المكان) فوطعت بالتصفيق ، وقد كان لها وقع حسن في نفوس الحاضرين . وقد تفضل سموه فأنعم عليه بكسوة عربية فاخرة ومقبه الاتاذ عبد الظاهر ابو السمح فلقى مقطوعة حسنة تناسب المقام . ثم تلاه الشاب النشط حنين عرب فلقى قصيده جيدة كان لها وقع حسن ثم اديرت على الحاضرين القهوة العربية الفاخرة وصحون الحلوى وكانت الساعة اذ ذاك شارفت الثالثة حيث غادر سموه سراي الحكومة مودعا بمثل ما قبل به من حفاوة وتكريم اعاد الله هذا اليوم السعيد على المسلمين والعرب واتحاد الكرامة وتآلف القلوب وجمع الشتات انه ميم مجيب .

بلاغ رسمي

رقم : ٤

اتصل بحكومة جلالة الملك انه اشيع في الهند خبر تنافسه للمصحف الهندية بأن جلالة الملك تفضل بدعوة الف شخص نابيين لتشكيلات الخكسار لاداء فريضة الحج في هذا العام على ان تتحمل حكومة جلالاته جميع نفقاتهم من حيت وصولهم جدة وحيث ان هذا الخبر لا اصل له بتاتا فان حكومة جلالاته توضح انها لم توجه اي دعوة من هذا القبيل مطلقا وتفي صحة هذا الخبر وتكذبه .

مهر مربية

البرق والبريد العامة

تقبل ادارة البريد والبرق بوقيات البحرين والعراق عن طريق لا سلكي الرياض والاجرة لكامة الواحدة العادي اربعة قروش ذهبيا وخمسة وتسعون سنتم وللملح ينصف الاجرة ولييان ذلك لزم اعلانه .

برقيات التهنئة

بعيد الفطر

بمناسبة عيد الفطر السعيد انهالت بوقيات التهنئة على ديوان جلالة الملك من ملوك وزعماء وكبراء المسلمين والعرب في مختلف الاقطار ورفع واجبات التهنئة لجلالاته

صعود الكبير

سافر مساء يوم الاثنين الى نجد سمو الامير سعود الكبير بن عبد العزيز من ابناء عمومة جلالة الملك وافقته السلامة

الدوام في دوائر الحكومة

بدأ الدوام في الدوائر الرسمية في يوم امس الاول (الثلاثاء) كما كان عليه سابقا من الساعة الثالثة صباحا حتى العصر مساء

يسع امر القرى

في المربطة النورة

اعتمدت ادارة ام القرى نقل مبيع اعدادها من مكتبة الاخاء بالمدينة الى الاديب عمر احمد عوض بيساب الرحمة فخلعت الى ذلك الانظار .

البحث مع الحكومة العراقية

في المسائل المتعلقة ببلدنا

من مدة غير قصيرة والمراجعات واطعة بين الحكومة العراقية الشقيقة لعقد اجتماع في أحد العاصمتين للبحث في المسائل التي تم للبلدين والامتين بصورة خاصة . وقد علمنا انه قد تم الاتفاق على ان تجري المفاوضات للبحث في المسائل المتعلقة بين البلدين ، وفيما يتعلق باللاقات اجمالا في بغداد ولذلك فان حكومة جلالة الملك ستوفد في القريب العاجل وفدا يسافر برا الى العراق للقيام بما يلزم من الابحاث لهذا الغرض

سفر الوفد الحبشي

وحنا يوم الاحد الماضي على الباخرة (الطائف) الى بورتسودان الوفد الحبشي الموفد من قبل امير اطوار الحبشة والمؤلف من السيد بلاطه ابلي جهري والسيد محمد مهدي . وقد ودع بحفاوة عظيمة . وافقته السلامة .

زوار المسجد النبوي

ينتظر أن تغادر قافلة الحجاج مكة المكرمة غدا السبت . على السيارات وعلى الجمال لزيارة المسجد النبوي . وقد علمنا ان الترتيبات التي اتخذت لترفيه احوال الحجاج في الطريق وتخفيف ومشاء السفر ترتيبات مريحة وحسنة للغاية

هيئة الاسعاف الطبي

اتصل بنا ان هيئة الاسعاف الطبي تولى اجتماعها لوضع الترتيبات الاولى لاعمالها وينتظر ان تنهى من ترتيباتها قريبا وتباشر اعمالها في هذا الموسم . نجح الله المقاصد الطيبة

أزالت النواقي

ونوسعة الدسوان

بذلت أمانة العاصمة في المدة الاخيرة عناية عظيمة في توسيع الشوارع وازالة النواقي وهي عناية تشكر عليها نتمنى ان تدوم وان تقوم جميع الطبقات وعموم الشوارع .

الحجاج الهنود

اتصل بنان الاحوال الاقتصادية في الهند متعمسة للغاية وان الاقبال على الحج في هذا العام سيكون عظيما وقد تقرر أن تبحر الباخرة اكبر من كراتشي والباخرة اسلامي من بمبي وأحسا الى جدة في يوم ١٨ شوال

حجاج بيت الله الحرام

في ١ منه وصلت الباخرة فرانكفاسيو من مصوع وعليها واحد حاجي وفي ٣ منه وصلت الباخرة « الطائف » من السويس وعليها مشردن حاجا ، وفي ٦ منه وصلت الباخرة « هلنس » من سنغافورة وعليها ٨٥ حاجي . وبتاريخ ١٠ وصلت الباخرة « الطائف » من بورتسودان وعليها واحد حاجي . وقد بلغ مجموع الحجاج القادمين من طريق البحر في هذا العام حتى كتابة هذه السطور ٦٥٣٢ حاجا .

مركز البواخر

في غرة شوال سنة ١٣٥٤ وصلت الباخرة فرانكفاسيو وعليها ٢٥٠ طرد بضاعة من مصوع وابحرت بتاريخ ١٠ الى السويس خالية وفي ٢ منه وصلت الباخرة هالايان من بورتسودان وعليها ٢٢٥ طن بضاعة وابحرت خالية الى مصوع .

وفي ٣ منه وصلت الباخرة الطائف من السويس وينبع وعليها ٦٥٦ طرد بضاعة وسبعة ركاب وابحرت الى بورتسودان وعليها اربعة ركاب وبتاريخ ١٠ وصلت الباخرة مصوع من السويس وعليها ١٨ طن بضاعة وابحرت الى مصوع خالية . وفي ٤ منه وصلت الباخرة تقارا من هامبورغ وعليها ٥٠٠ طن بضاعة وابحرت خالية الى اليابان .

وفي ٦ منه وصلت الباخرة هلنس من سنغافورة وعليها ٥٠ طن بضاعة وابحرت خالية الى ليفربول وبتاريخ ١٠ وصلت الباخرة الطائف من بورتسودان وعليها ١٢٥ طرد بضاعة وراكب واحد وابحرت الى ينبع والسويس وعليها تسعة ركاب .

مطبوعات حديثة

مجلة الديوان

صدر حديثا في محيط الادب العربي مجلة فنية قوية الروح واسعة الامل تزخر بمواضيع عميقة التفكير ، بميد الانضلاع بمحاث عظيمة النفوذ في التاريخ العربي والادب العربي الى جانب ما تجلوه من الحقائق العلمية الدقيقة وظهور هذه المجلة في العراق جارنا العزيز يشهدنا بمستقبل هذه النهضة العربية الواسعة الانطاق - اجامها وعلمها وأدبها - وانا نترجو لها التوفيق في سيرتها كما نرجو الاقبال عليها في حرية باعظم اقبال

خبره، مجرايك اضحت زلفة

الفصيدة العصماء التي ألقاها شاعر جلالة الملك في حفلة عيد الفطر

زَهَتْ الرُّبُوعُ ، وَمَنَسَتْ البَطْحَاءُ
وَالْغَيْثُ جَادَكَ بِالطَّارِ كَأَنَّهُ
فَاطَرٌ إِلَى الطَّلِ الْمُرْفُوقِ فِي الصُّحَى
وَالِي الرِّبَاضِ وَقَدْ تَفَتَّحَ نَوْرُهَا
وَالِي النَّبَاتِ وَقَدْ أَطْلَقَ دَبِيعُهُ
وَانْهَيْتَ إِلَى الْأَطْيَارِ فِي أَذْوَاحِهَا
وَانْشَقَّ حَبِيرُ الزَّهْرِ فِي أَرْجِ الصَّبَا
هِيَ رَحْمَةُ اللَّهِ الْكَرِيمِ تَهَلَّلَتْ
هِيَ نِعْمَةُ هَيَّاتِ تَبَاغٍ شَكَرْهَا
وَالصُّومُ وَلِيَّ بِالصَّغَائِفِ مُعْجَلًا
وَالْيَمِيدُ أَقْبَلَ بِأَيْمَانٍ مُتَرَعِّجًا
وَمَسَّتْ لِسَانُكَ الْجُمُوعُ وَإِنَّمَا
وَأَفْتَكِ تَسْتَقِ النِّسَاطَ كَأَنَّمَا
نُصِّتَ بِهَا السَّاحَاتُ وَهِيَ رَحِيمَةٌ
كُلُّ يَرْحَمُهُ جَلَالُكَ بِالنَّحَى
فَلَوْ اسْتَطَعْتُ كَشَفْتُ عَنْ خَلْجَاتِهِمْ
شَيْئًا مَلَكَتْ بِهَا شَفَافُ فُلُوبِهِمْ
وَمَتَابِ كَكَفِ التَّقَايُمِ بَعْدَهَا

لَمْ يَمُوتَا يَدَيْكَ تَطَوُّعًا - كَصِيَامِهِمْ
شَهِدُوا بِطَلْعَتِكَ «الْإِمَامَ» مُتَمَلِّيًا
وَهَفَّتْ بِهِمْ ذِكْرِي «الْمُتَوَجَّعَ» مَرَّةً
فَرَى النُّعَاةَ الْفَخْرُ وَالْخِيَلَاءُ

خَيْلَاهُ يَجِدُ أَيْبِكَ أَضْحَتْ زُلْفَةً
كَانَتْ وَكَانَ وَلَنْ تَزَالَ ، وَلَمْ يَزَلْ
فِيمَا يَحِبُّ اللَّهُ ، لَا الْجَهْلَاءُ

رَفَعَ اللُّوَاءَ مُجَاهِدًا وَمُكَافِعًا
قَابَاةً مِنْهَا الظَّلَمَ دُونَ هَوَادَةٍ
وَأَعَادَهَا «عُمَرِيَّةً» مَرْهُوبَةً
وَجَى لَهُ مَنْ كَانَ يَحْسَبُ أَنَّهُ
ظَهَرَتْ بِهِ أُخْرَى الْخَوَادِثِ آيَةً
هِيَ غَايَةُ الْأَمَالِ أَوْ مِنْ أَهْلِهَا
هِيَ «وَحْدَةُ الشَّعْبِ» الَّتِي لَمْ تَلْتَمِمْ
فَجَلِي بِهَا صُبْحُ الْحَيَاةِ وَإِنَّمَا

مَدَّ الْمُلُوكُ إِلَيْهِ فِي غُلُوبِهِمْ
خَطَبُوا بِهِ وَدَّ الَّذِي هُوَ فَاعِلُ
(فَارُوقُ) هَذَا الْمَصْرِ غَيْرَ مَزَاحِمِ
عَدْلٍ يُنْفِذُهُ الْقَضَاءُ ؛ وَمِلَّةُ
وَشَرِيعَةٍ مَتَّبُوعَةٍ وَهَقِيمَةٍ

لَا الدَّهْرُ يُشْكِرُ مَا أَشَادَ ، وَلَا الْوَرَى
يَهْمُ تَكَادُ تَوُودُ أَغْطَمَ أُمَّةٍ
أَعْيَتْ وَلَمْ يَحْ «الْمَوْفِقُ» مِنْ وَتَى
هَلْ فِي الْحَقِيقَةِ أَنْ تُقَالَ رَبَّاءُ ؟

قَسَلِ الَّذِينَ تَقَيَّأُوا بِحِلَالِهِ
كُلُّ الْجَوَارِحِ أَصْبَحَتْ مَسْمُورَةً
فِي شُكْرِهِ ، وَالشُّعْرُ ، وَالْإِنْشَاءُ

الانباء البرقية

اللقاء القنابل

على المستشفى السويدي في القبة

جاء من أديس ابابا أن الرأس دستا أرسل تلفراغا يقول فيه ان الطائرات الإيطالية
القت قنابلها في جوار دولوا ففضت على جميع أعضاء البعثة الطبية السويدية
وكانوا يؤلفون من ٨ سويديين و ٢٣ من الاحباش

وقد ذهب جميع أعضاء بعثة الصليب الاحمر هنا للبحث فيما يرون اخذوه في هذا
المصدر لان هذه هي المرة الثانية التي ياتي فيها الايطاليون قنابلهم على مستشفى
الصليب الاحمر وسيرسل احتجاج شديد الالهجة الى جنيف بواسطة أحد أعضاء
جمعية الصليب الاحمر الموجود الآن في أديس ابابا

نقل الاحياء من البعثة الطبية السويدية

جاء من أديس ابابا انه سافرت طائرات لنقل الاحياء من البعثة الطبية السويدية

هل دمر المستشفى تدميرا تاما؟

جاء من أديس ابابا ان المهرم ان المستشفى في دمر تدميرا تاما وقد اشتركت
عشرة طائرات في اللقاء القنابل عليهم

كيف قابلت السويد نبأ تدمير المستشفى؟

جاء من استوكهولم انه قد ساد السويدي حزن شديد عند وصول الاخبار باللقاء
القنابل على أعضاء مستشفى البعثة السويدية وهذه البعثة السويدية هي البعثة التي
اكتفت لها الشعب السويدي وقد نكست الاعلام حدادا عليهم

كيف تصف جرائم السويد النباء؟

جاء من استوكهولم ان الجرائد السويدية تقول ان نبأ الاعتداء على المستشفى
السويدي وقع وقع الصاعقة في السويد وهو اجرام من ايطاليا في حق لقانون الدولي
يدل على الشدة التي يتبعها الايطاليون في محاربة الاحباش

احتجاج رئيس الكنيسة على حزب المستشفيات في الحبشة
جاء من اثنيان رئيس الكنيسة احتجاج على ضرب الطائرات الإيطالية
للمستشفيات الصليب الاحمر في الحبشة

ترقية الدوق أوف يورك

جاء من لندن انه رقي الدوق أوف يورك الى رتبة فيس اميرال

نَظَّمَ «الْجَزِيرَةَ» بِالسِّيُوفِ قِلَادَةً
وَأَحَاطَهَا بِالسَّهْمِ هَالَةً
وَأَقَامَ فِي أَغْوَارِهَا وَنَجُودِهَا
وَبَنَى لَامِيَةَ الْكَرِيمَةِ ، فِي الدَّنَى
عَانِي الْمُسْتَمِدَّةَ فِي السَّلَامِ وَفِي الْوَقْفَى
وَهَبَ الْإِلَهَ قُوَادَةً قَائِمَانَهُ

(عَبْدُ الْعَزِيزِ) فِدَاكَ كُلُّ مُسَكِّبٍ
وَجَزَاكَ مِنْ أَرْضَاكَ خَيْرَ مَثُوبَةٍ
أَقْصَى مَنَاهُ الْغُلْدُ وَالنَّمَمَاءُ
يُجْزَى بِهَا الْعُبَادُ وَالْخُلَفَاءُ

مَوْلَايَ ، أَنْتَ وَقَدْ ظَهَرْتَ بِبِرِّهِ
مَمْلُتُهُ وَحَفِظْتَ عَنْهُ عَهْدَنَا
فَاهْنَأْ بِمَالِكَ فِي جَوَانِحِ أُمَّةٍ
وَأَنْتُمْ «بَعِيدُ الْفُطْرِ» وَأَبْقِ لِفُلْهِ
وَأَسْلَمَ وَفِيهِ دَهْرًا طَوِيلًا رَافِدًا
وَلِيَحْيِي مَوْلَانَا (الْمَلِيكَ) مُظْفَرًا
وَلِيُحْيِي مَوْلَانَا (الْمَلِيكَ) مُظْفَرًا

مكة المكرمة ٨ غرة شوال سنة ١٣٥٤
أحمد إبراهيم النجدي

انتصارات

اندمجوا في الشمال

جاء من أديس ابابا ان دوائر القصر
الامبراطوري اتيحت بالانباء الواردة من
انتصارات الاحباش في الشمال فقد ورد
فيها ان القوات الحبشية غنموا ٢٠ دبابه
وعددًا من المدافع يتراوح بين ٤٠ و ٥٠
مدفعا واخذوا ٢٠٠ اسير ولم يستول
الاحباش على ما كمال نفسها ولكن
المفهوم انه تجرى حركة الانتفاخ واسعة
تقوم بها القوات التي يقودها الرؤوس
الثلاث الذين يتبعهم الامبراطور وروم الرأس
دجاز ماكس من الشمال والرأس كاسامن
الجنوب والرأس سيوم من الغرب والمعتقد
أن الحرب ستستمر ناره في الاسبوع
القادم ومن الحزن أن الوفاة من الجرحى
في الميدان لا يلقون العناية الضرورية

هل قتل عدد كبير

من الايطاليين في الشمال ؟

جاء من أديس ابابا انه يقال : ان عدد
كبيرًا من الضباط والجنود الايطاليين
قتلوا في الشمال في قتال عنيف اثناء مفاوضات
الاحباش لجناح الايطاليين الايمن

حركة الانتفاخ بالايطاليين

جاء من أديس ابابا ان الرأس كاسا
والرأس سيوم والرأس دجاز ماكس
يواصلون حركة انتفاخ غايته ما كمال

اخبار روما

يقول لا يوروم ما يستحق الزكر

جاء من روما انه صدر بلاغ رسمي
وجيز جدًا يقول : « انه لا يوجد شيء
مهم يستحق الذكر »

تمليك خلد مت

السير امير وكهوب

جاء من لندن ان جلالة الملك جورج الخامس
وافق على مد خدمة السير ارنولد كوهوب
المنذوب السامي البريطاني بفلسطين وشرق
الاردن خمسة سنوات من ابتداء عام ١٩٣٦

هل استولى الاحباش

على ابي عري ؟

جاء من أديس ابابا انه جاء في بلاغ
رسمي جدي ان الاحباش انتصروا على
الايطاليين في تيميان - وجاء فيه انهم
استولوا على ابي عدي وأنزلوا بالايطاليين
خسائر فادحة واسروا منهم مائة جندي

السل الرئوي

طرق انتشاره - وسبل الوقاية منه

- ٤ -

٣ - وقاية الاصحاء

انتخاب المسكن : كما أسلفنا يجب انتداب المسكن الذي يتخللها الهواء والنور الكافي وخاصة نفوذ الاشعة الشمسية . ويجب أن تكون المسكن في مأمن من القبار ، وأن لا تكون متراصة فلا تمنع عن بعضها نفوذ الهواء والنور . وعند انتخاب مسكن جديد ، يجب أن تكون العناية متجهة أولا الى ترخيجه بالنورة (السكس) . والى تنظيف سقوفه واذا أشبه انه كان في البيت مريض مصاب بالسل ، فيجب تعقيمه ببخار الفورمول أو مطهرات أخرى .

وأما ما يعود لاثاث البيت ، اذا احتاج الامر لشراء مفارش قديمة فقبل كل شيء يجب مسحها وتنظيفها في خرقة مبللة بأحدى المطهرات التي سبق ذكرها ، وان كان الزوم لشراء قطن قديم لعمل المراتب وسواها فيجب تجفيفه . وأما الالبسة القديمة فيجب أن لا تشرى ، واذا اضطر الامر لشراؤها فالواجب أن تجزى وان لم يكن ذلك ممكن فيجب غليها قبل استعمالها على الطريقة التي أوردناها سابقا .

وكثيراً ما يكون الخدم أداة صالحة لنقل هذا المرض الى الدار التي انتخبوا لخدمتها فعليه كان من الواجب التحم بعد انتخاب الخادم أو الطهي أو الخادمة أو الممرضة عرضهم على الطبيب وأخذ رأيه في سلامتهم من هذا المرض (وهذا لا بدلي ان لا نغفل انظارنا الى أن الخدم ومن عددهم لا يكونون واسطة لنقل هذا المرض لحسب بل يكونون اداة لنقل مرض الزهري والخم والأمراض الجلدية كالجرب وسواه ، وأمراض الجلد المشعر كالقرفة والتعلية وسواها وأمراض العيون كالتراخوم وغيره)

وأما ما يخص من النصائح الصحية فما أتى سأوردها بالتتابع .

١ - لا تسهر كثيراً وليكن نومك لا أقل من ست الى ثمان ساعات ، وأعمل بالحكمة المأثورة (نم باكراً ، وقم باكراً) .

٢ - لا تقرب بجهد عقلك وجسمك واجعل مطامعتك وعملك معتدلاً وبفترات راحة - جـداوم على الألعاب الرياضية المعتدلة الغير المجردة في الصباح الباكر ، وفي المساء ، وعرض جسمك لاشعة الشمس بفترات قصيرة . وليكن ذلك في حدائق أو أما كن نقيه الهواء .

٤ - عند نهوضك من النوم اغسل أسنانك جيداً بالماء أو بالفرشة بأحدى المعاجين المطهره ، واغسل يديك ووجهك بالماء البارد ، واستعمل الحمام في كل صباح ، وان الوضوء هو من خير النصائح الطيبة انه به يتم غسل سائر الاعضاء المعرضة للقبار فيبقى الجسم شريفاً وينشطه .

٥ - وقبل كل أكل يجب ان تغسل يديك بالماء والصابون جيداً ، ولا تدع بفمك فضلات الطعام . لأنها تخمر بفمك فتؤثر ولا على الأسنان فتخر بها ، ويخمرها تنشر رائحة كريهة من الفم ، وتعرضه لانواع الالتهابات وهذا يمكن تداركه بغسل الفم بواسطة ماء أو فرشاة بمعجون مطهر .

٦ - الاعتناء بالجهاز الهضمي : تناول الماء كل الجيدة المغذية النظيفة باوقات منتظمة ولا تتناول الطعام بينهم ، بل يتأن وامض طعامك جيداً لان الزمن الاول للهضم يكون بالفم ، وبثأثير اللعاب تتحول بعض مواد

الطعام كيميائياً فتصبح مستعدة في المعدة لامتصاصها وتحوّلها الى غذاء للجسم . ولا تكثر من تناول الطعام بل ليكن باعتدال ، لان الاكثار من الطعام يسبب انواع التخمر والتآكل في المعدة عن الهضم ، وإكثار إدخال الطعام على الطعام فانه من اهم الاسباب للفضية لمرض الهضم ، اذا كان بعد أن تتناول طعامك تبدأ المعدة بأفرازاتها فتؤثر على مختلف الاطعمة انهضمها ، وبهذا هي تعمل باجتهاد فتدخل عليها طعاما جديدا فتجبر أن يعود لها من جديد ، وهي لم تكتمل عملها وتستريح . وهكذا بالتوالي يصاب الشخص بسوء الهضم أي بقصور المعدة وتعبها ولما كانت المعدة هي ورداؤن للجسم ، وبها يتقوى ويقوم كل عضو ، فاحذر من ان تضعف سائر الاعضاء ، وبالتالي يتعرض الجسم لمختلف الامراض وبالخاصة امراض السل .

ولا تتناول الماء كولات والمشرورات المبردة للقبار والذباب ، ولا في المطاعم والمقاهي التي لا تراعى قواعد الصحة في نظافتها وانها وطعامها ، وخاصة لا تتناول حليب البقر نيئاً الا بعد غليه جيداً ، وأما الماء كل الذي لا تدخل النار كالفواكه والخضر المستعملة في السلطات فيجب غليها جيداً بالماء والصابون والافرق غسلها بأحدى المطهرات التي لا تؤثر عليها كجولون برمنجنات البوتاس الخفيف ، وبعد غسلها به جيداً تغسل بالماء العادي النظيف وتؤكل .

(وهذه الماء كل التي لا تدخل النار ، عدى نقلها عامل السل فانه من اهم عوامل نقل لزار (العدة) وهي التقيويد والجراثيم والطفيليات التي تسبب التهابات الامعاء والديدان المدوية وغير ذلك)

٧ - الاعتناء بالجهاز التنفسي : لا تعرض نفسك للتدخين وخاصة عند كس الشوارع والمقاهي والمحلات المزدحمة . واذا اضطرت فاجعل على انك وفيك منديل وتغسل من انك - وتعود دوماً على التنفس من الانف لا من الفم . اذ جهاز الله سبحانه تعالى مداخل الانف بأشعار تنقي الهواء من غبار ، وواصاها وجعل في الانف تماريج جهازها غشاء مخاطي ذو اوعية كثيرة وظيقتها لتدخّل الهواء الداخل للرئة وعدم السماح له بدخولها بارد ، وقاية للرئة وحفظاً من التعرض للالتهابات والاحتقانات الشعبية والرئوية . اما الفم فانه يسمح للهواء بالدخول كما هو بارداً وبغيره فمدى ان التنفس من الفم يسبب التهابات الشعبات والرئة ويسمح لدخول جراثيم السل فانه يسبب التهابات الفم واللوز والبلعوم والحنجرة واصابة الجسم بالسل في احد اشكاله . واهم في مداواة أي مرض مما كان بسيطاً كزكام او سعال بسيط هو التهات بالوزو وتخسر ولا تعرض صدرك للبرص المتكرر ولا تطيل المكوث في المحلات المزدحمة هوائها ، والتي لا يدخلها النور ، ولا تدخن ، ولا تعرض رئتيك لاستنشاق الغازات المخرشة ، ولا تعرض لجريان هوائي (أي لا تجلس في مكان يكون بين طاقنتين مفتوحتين او باب او طاقة مفتوحة) وخاصة لا تعرض جسمك لمجرى هوائي وانت متعرق وعرض ، لذلك دوماً للهواء والشمس فقد قبل : (ان المنزل الذي تدخله الشمس لا يدخله طبيب) .

٨ - لا تكثر من زيارة الرضى السلولين ولا تتناول معهم طعاماً واذا اضطرت للزيارة فلتكن لمدة قصيرة ، وبفترات طويلة - وضع على فمك وانك منديلاً أثناء سعال المريض أو

تغطسه (لانك علمت مما مضى ان المريض ينث الجراثيم أثناء بصاقه او عند سعاله او تكلمه ويكون بهذا الشكل حياً فعالاً كبير التأثير) .

٩ - لا تنقاد للعادات التي من شأنها اضعاف الجسم كالاعتقاد للعادة المصرية (الاستمناء) عند الشباب ، والافراط بالجماع واعتق جسمك من اقل مرض وخاصة اذا أصبت بمرض السكري (ومن علامته التهم في الطعام والشعور بالعطش الشديد دوماً والتبول الكثير) او اقل سعال او احتياج في عقد النقي او التهاب اللوز المزمن او عدم شهية الطعام او ارق مستمر او عدم ميل البطالة والعمل فاعتن بنفسك ولا تهمل العلاج والمشورة الطبية

١٠ - نوصي الناقهين من الجراثيم وسواها ان يعضوا دور نقاهتهم في محلات نقيه الهواء معتدلة الجو ، واحسن معي في الحجاز نوصي جميع الناقهين والمتعبين تعضية نقاهتهم فيه هو الطائف ، حيث الهواء النقي والماء العذب حيث يجد الناقه والجانث البديعة والماء العذب حيث يجد الناقه ولتجنب مطلوبه من الطعام ، والقافكة الغضة ، والتعرض لاشعة الشمس والهواء النقي .

١١ - لا تدعوا احداً يقبل اطفالكم وخاصة من فمهم ، اذ تعرضهم للاصابة بمرض السل والزهرى .

١٢ - لا تلمسوا اطفالكم وتدعهم مع الخدم دون مراقبة اذ ان كثيرا من اصابات الاطفال بالاسهالات وسواها هو نتيجة جمل الخدم ، فهم يطعمونهم من كل صنف من امامهم ، فمن اصناف الحلوى المذوية بالفيار والواصا الى انواع الفواكه الفدرة التي تحمل مختلف جراثيم الامراض ، وان الخدم لا يجدون غرضاً في مسح الحلوى اذا وقعت على الارض من اعدتها لاطفال ، وبملمهم هذا لا يدرون انهم يقدمون سمّاً زعاقاً ويعرضون حياة الطفل للخطر . وكما شهدنا من هذه الضحايا التي ليس سببها الا افعال الطفل ونسايجه للخدم الصغار الجاهلين يزدهن الطفل بالازفة والاسواق معرضين حياته للخطر باستنشاقه القبار وتناوله الماء كولات النظيفة في الظاهر المحتوية على انقطع الامراض في الحقيقة . هذا ما نرجو آباء الاطفال مراعاته رحمة بأطفالهم .

(يتبع) مكي : الدكتور محمد ارباب الجبل

موت مقترحات الصلح ودفعها

انتظار تطور الموقف الدولي (تابع المنشور على الصفحة الاولى)

كل هذا في مجموعه يجعلنا نترقب أن تضرب ايطاليا الحشدة ضربتها الاخيرة فاما الى الفوز وما الى السقوط كما انه يتطور الموقف الدولي في الايام المقبلة . ومعني تطور الموقف الدولي في الايام المقبلة هو دخول بريطانيا في حرب عيوس مع ايطاليا ودخول بريطانيا مع ايطاليا في الحرب هو معناه دخول فرنسا وتركيا وبوغوسلافيا وغيرها من دول البحر الابيض المتوسط في الحرب وأخوف ما نخافه من ان يتطابق الشرر الا غير البحر الابيض فتنتكب الانسانية أعظم نكبة عرفها التاريخ . ولا نحب أن نستعمل الحوادث ونري من الخير مسك القم ويؤلمنا أن نقرر ان الموقف الدولي بلغ منتهاه من الخطورة والايام المقبلة كنبلة بانظار الحقائق وعلم الغيب عند اعلام الغيوب .

مكي : عربي

سُررات نفسية

صبر و صراحة

تقلا عن جريدة «الاهرام» الغراء

هب ان انسانا يعيش وحده في هذا العالم فيستطيع احدا ان يتكلم اليوم بما يفعله الاخر غدا ، هذه فضيلة نادرة لا يزدان بها إلا عدد قليل من الخواص ولتحقيق هذه الوحدة المناسبة في الحياة لا بد من صراحة مطلقة نحو نفسك ونحو غيرك .

من العبث ان نطعم في مثل هذا الكمال والسمو في السلوك ولكن في مقدورنا ان نعيش في الاقتراب من هذه الغاية السامية . اننا نضحك من رجل أو امرأة يستعبدان بالاصباغ والتمائم في اخفاء معالم الدمامة والشيخوخة ابتغاء التجميل والتعالي مع ان اخفاء حقيقة النفس أجلب العجز والعار ، من ذلك الجمال المستعار ، وفضلا عن ذلك فان أمر الجمال الحسي ليس في بداحد وانما هو هبة طبيعية والمرء عنده في الاستعانة بالحسن الجلوب ، وأما الجمال لروحي من صدق ووفاء ، وأمانة وسخاء ، فهو في متناول كل انسان ، حسبه ليتحلى به شيء من ارادة قوية وعزم ثابت .

علينا أن نقول ما نعتقد بما بطوف برؤسنا حقاً ولكن هل لنا ان نغفلوا في الراحة فنقول ما نتصور في كل ظرف ومناسبة ؟ يقول أهل العلم : الانسان مدني وجد يعيش في مجتمع من الناس وان الحياة الاجتماعية لا تقوم لها قائمة ولا تصلح ولا تستقيم ما لم ينزل كل انسان عن شطر من أنانيته وارادته وحرية واستقلاله في سبيل هتاة الجماعة وما لم يسد بين افراد روح المسالمة والتسامح والتساهل فلا ينفذ اذن ان يكسبنا حب الصراحة في القول قواعد البر والاحسان والروية فان هناك أقوالاً مع صحتها مرة مؤلمة لا يجوز الجهر بها ولا فائدة من ذكرها فكل تعرض بالعيوب الجمانية ، وكل تلبيح بضعف في القوي العلية تلحقه في غيرنا وكل اشارة الى اعوجاج في بعض نواحي رية الناس هي في عرف الشريعة الادبية واللياقة عيب وخش وسره نية بل صراحة مردولة بموتة فليتنا أن نقتدر أمثالنا تقديراً لا يشل من كرامتهم وان يحكم عليهم في شيء من التواضع والبصر والحذر دون أن نشعرهم باننا نفوقهم حساباً ونسباً ونشأ وأدباً ونهزم ماطناً وعرفانا وذكاءً

وكذلك ليس من معاني الصراحة أن نذهب فيها مذهب الحق والسذاجة .

فعلين سافف الامور عمالاً يثنى الناس قليلاً أو كثيراً كما كان يفعل الانسان البدائي في بداوته وعقلته وغرته وخشونه وكذلك ليس من رامي الصراحة التباهي في وقاحة مزربة باتيان الموبقات والتفاخر باقتراف السيئات والنكرات كما هو شأن بعض الجمال ، لظهور

يعظم الابطال في ميدان الفساد والضلال وفي الجملة اذا كان الصدق والصراحة والعدل في شؤون السياسة من دواعي الفضل والخلاص ، فهي في العلائق الاجتماعية والمعاملات من أسباب الثقة والاطمئنان .

يوسف محمد

هب ان انسانا يعيش وحده في هذا العالم فيستطيع احدا ان يتكلم اليوم بما يفعله الاخر غدا ، هذه فضيلة نادرة لا يزدان بها إلا عدد قليل من الخواص ولتحقيق هذه الوحدة المناسبة في الحياة لا بد من صراحة مطلقة نحو نفسك ونحو غيرك .

من العبث ان نطعم في مثل هذا الكمال والسمو في السلوك ولكن في مقدورنا ان نعيش في الاقتراب من هذه الغاية السامية . اننا نضحك من رجل أو امرأة يستعبدان بالاصباغ والتمائم في اخفاء معالم الدمامة والشيخوخة ابتغاء التجميل والتعالي مع ان اخفاء حقيقة النفس أجلب العجز والعار ، من ذلك الجمال المستعار ، وفضلا عن ذلك فان أمر الجمال الحسي ليس في بداحد وانما هو هبة طبيعية والمرء عنده في الاستعانة بالحسن الجلوب ، وأما الجمال لروحي من صدق ووفاء ، وأمانة وسخاء ، فهو في متناول كل انسان ، حسبه ليتحلى به شيء من ارادة قوية وعزم ثابت .

علينا أن نقول ما نعتقد بما بطوف برؤسنا حقاً ولكن هل لنا ان نغفلوا في الراحة فنقول ما نتصور في كل ظرف ومناسبة ؟ يقول أهل العلم : الانسان مدني وجد يعيش في مجتمع من الناس وان الحياة الاجتماعية لا تقوم لها قائمة ولا تصلح ولا تستقيم ما لم ينزل كل انسان عن شطر من أنانيته وارادته وحرية واستقلاله في سبيل هتاة الجماعة وما لم يسد بين افراد روح المسالمة والتسامح والتساهل فلا ينفذ اذن ان يكسبنا حب الصراحة في القول قواعد البر والاحسان والروية فان هناك أقوالاً مع صحتها مرة مؤلمة لا يجوز الجهر بها ولا فائدة من ذكرها فكل تعرض بالعيوب الجمانية ، وكل تلبيح بضعف في القوي العلية تلحقه في غيرنا وكل اشارة الى اعوجاج في بعض نواحي رية الناس هي في عرف الشريعة الادبية واللياقة عيب وخش وسره نية بل صراحة مردولة بموتة فليتنا أن نقتدر أمثالنا تقديراً لا يشل من كرامتهم وان يحكم عليهم في شيء من التواضع والبصر والحذر دون أن نشعرهم باننا نفوقهم حساباً ونسباً ونشأ وأدباً ونهزم ماطناً وعرفانا وذكاءً

وكذلك ليس من معاني الصراحة أن نذهب فيها مذهب الحق والسذاجة .

فعلين سافف الامور عمالاً يثنى الناس قليلاً أو كثيراً كما كان يفعل الانسان البدائي في بداوته وعقلته وغرته وخشونه وكذلك ليس من رامي الصراحة التباهي في وقاحة مزربة باتيان الموبقات والتفاخر باقتراف السيئات والنكرات كما هو شأن بعض الجمال ، لظهور

يعظم الابطال في ميدان الفساد والضلال وفي الجملة اذا كان الصدق والصراحة والعدل في شؤون السياسة من دواعي الفضل والخلاص ، فهي في العلائق الاجتماعية والمعاملات من أسباب الثقة والاطمئنان .

يوسف محمد